みなさまの健康と心のために

新潟厚生連

小千谷総合病院　第33号

地域連携だより

発行：ＪＡ新潟厚生連　小千谷総合病院　患者サポートセンター
〒947-8701 小千谷市大字平沢新田111番地
TEL．0258-81-1616(直通)　FAX．0258-81-1602(直通)

暑い日がまだまだ続いておりますが、皆さまいかがお過ごしでしょうか。
今回は当院における透析予防診療チームの取り組みや、小千谷訪問看護ステーションひまわりの新たに始まりました訪問リハビリをご紹介いたします。
地域医療関係機関の皆様より「透析予防外来」「腎臓病教室」「訪問リハビリ」をご利用いただき、治療・予防のお手伝いができましたら幸いです。

小千谷総合病院　内科　医長　　宮　崎　　慧

小千谷総合病院で腎臓内科、透析科で診療に携わっている宮崎と申します。

末期腎不全、腎代替療法が必要になる原因疾患として、現在最も多いのが糖尿病性腎症や糖尿病関連腎臓病です。今後も末期腎不全の原因として糖尿病関連が１位であることは変わりないでしょうがピークアウトしつつあります。

現状では末期腎不全の原因として２位ではありますが、高齢化が進む日本において今後問題になってくるのが腎硬化症（加齢、高血圧、長年にわたる動脈硬化が原因と考えられている）と考えられております。

以下は、私見も踏まえ普段の診療から考えていることを述べさせていただきます。

具体的には血圧管理（慢性腎臓病の患者さんの場合はより厳密な降圧が必要）、患者さん自身にも家庭血圧を測る重要性をわかっていただく必要があります。降圧薬の選択でも年齢や尿蛋白の程度を勘案して選ぶ必要があります。これらや食事療法、人によっては脂質代謝異常管理、減量などを組み合わせ、多面的に管理することが求められます。

ひと昔前まではアンジオテンシン受容体拮抗薬（ARB）での保存療法が主でしたが、近年ではSGLT2阻害薬や選択的ミネラルコルチコイド受容体拮抗薬（MRA）といった新たな腎保護作用、尿蛋白減少作用が認められている薬が出てきており治療の強化も期待されています。

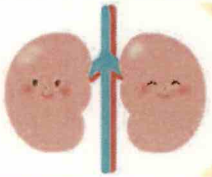
腎機能（eGFR）低下と尿蛋白陽性はそれぞれ独立して末期腎不全に至る、全死亡、心血管疾患のリスクを高めることが知られています。

腎機能はもちろんですが、早期の段階でいかにして尿蛋白を減らすことができるかがポイントになります。その結果、腎機能が低いなりにも腎機能低下が抑えられ、少しでも透析導入になる患者さんを減らせればと思い日々診療にあたっております。

今回は高齢化が進む中での腎硬化症にどう向き合うかを１例にしましたが、他の原疾患の診療や必要に応じて腎生検も行っておりますので、お困りのことがあれば紹介、相談をいただければ幸いです。

こんにちは！

透析予防診療チーム です！



現在、慢性腎臓病（CKD）の推計患者数は1,480万人といわれ、成人の７～８名に１人がCKDであると言われてます。実際にCKDに対する治療を受けている患者数は66万6000人と、推計患者数の５％未満となっています。年々透析患者数も増加し、現在透析を受けている患者は34万7474名に上りますが、増加してきている傾向にあります。(2020年CKD診療ガイドライン2023より)

このような現状の中「少しでも透析導入への期間を延ばしたい！」「保存期を長く保って欲しい！」という熱い気持ちから当院では**“透析予防診療チーム”**を立ち上げました。医師、看護師だけではなく他職種（リハビリ、栄養士、薬剤師、MSW、事務）と連携しチーム活動を行っています。

チーム活動をご紹介します。

【透析予防外来】

医師、看護師、栄養士で連携し外来を行っています。

CKDステージ３～４の患者さんを対象に日常生活や食事等について個別に指導を行い、患者さんご自身が腎臓の状態を理解し、腎臓病の進行予防に取り組むことができるよう関わっています。

【腎臓病教室】

全２回コースの教室を年２回行っています。
（今年度は10月と11月を予定しています）
様々な医療スタッフが腎臓病進行予防について講義を行っています。

＜医師＞
- 慢性腎臓病の診断
- 治療について　等

＜理学療法士＞
- 運動の影響について
- CKDに推奨される運動
- 運動の方法　等

＜看護師＞
- 検査項目の見方
- 日常生活について
- 血圧測定の方法　等

＜MSW＞
- 医療費助成について
- 障害年金について
- 福祉制度について　等

＜栄養士＞
- 食事のバランスについて
- 体重管理について
- 減塩・たんぱく制限　等

＜薬剤師＞
- 薬の飲み方
- お薬手帳の使い方
- 飲み忘れへの工夫　等

いずれも予約が必要となりますが、ご興味のある方、希望される方は患者サポートセンターへお申込みください。お待ちしております。

病診連携よりご案内いたします

透析予防外来・腎臓病教室を希望する患者様をご紹介の際は、
当院「紹介患者事前申込書」の腎臓内科に〇を付けてお申込みください。
担当医がまず診察をおこないその後のスケジュールを決定いたします。

<お問合せ>　患者サポートセンター　病診連携
直通TEL 0258-81-1616
直通FAX 0258-81-1602

小千谷訪問看護ステーションひまわり～訪問リハビリ始まりました～

日頃より地域の皆さま、関係機関の皆さまには大変お世話になり感謝申し上げます。

住み慣れたご自宅で安心して療養者やその家族がその人らしく生活していくことを支援し、地域から信頼され、地域に欠かせない訪問看護ステーションをめざし取り組んでいます。

今年度より、小千谷訪問看護ステーションひまわりに理学療法士が１名加わり、訪問リハビリを提供できる体制となりました。介護保険と医療保険のどちらも受け付けております。訪問地域は訪問看護と同様に、小千谷市全域と長岡市川口町、小国町です。

機能訓練での身体への介入はもちろんのこと、心理的面・精神面への働きかけをしながら生活動作が安楽に行えるようアドバイスや練習をしたり、ご家族への支援、福祉用具の助言と環境調整等を行います。痛みの緩和や、症状として出ていない身体の不具合への調整も行います。患者様・ご家族様の気持ちに寄り添い、困っていることを確認しながら、在宅生活を安全に、安心して過ごせるお手伝いをさせていただきます。対象の方がいらっしゃいましたら気軽にご相談ください。

小千谷訪問看護ステーションひまわりは、小千谷総合病院併設の訪問看護ステーションですので退院前から病院スタッフと情報を共有し、ご自宅での療養生活が安心して始められるようサポートしています。体調の変化があれば、在宅医や病院の医師と連携し、必要に応じて受診や入院につなぎます。

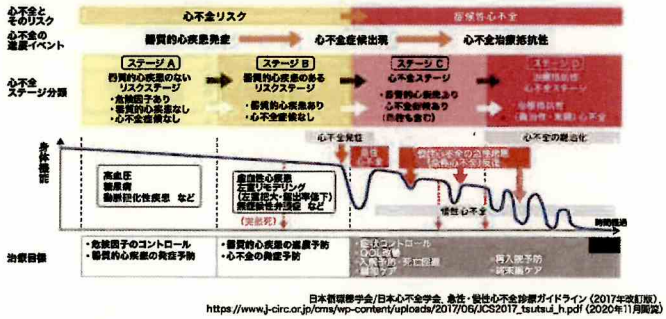
日本における主な死因の順位は、１位が悪性新生物（がん）、２位が心疾患、３位が老衰です（小千谷市も同様）。心疾患の内訳は心不全が最も多く、心不全をかかえながら在宅で長期的に生活する療養者が今後一層増えることが予測されます。

心不全の症状増悪による再入院の繰り返しは、生命予後、身体機能、生活の質を低下させるため、それを避けるためにも在宅療養において医療者による適切な介入が必要です。再入院予防のためにも訪問看護を利用していただければと思います。

疾病や障害をかかえても住み慣れた生活の場で自分らしい生活を継続するために、多種多様なサービス提供機関、職種と連携して在宅医療・介護をしていく必要があり、『医療・介護と地域を結ぶ架け橋』になれるよう今後も努力していきたいと思います。

Guidelines for Diagnosis and Treatment of Acute and Chronic Heart Failure (JCS 2017/JHFS 2017)

心不全とそのリスクの進展ステージ（図1）



日本循環器学会/日本心不全学会. 急性・慢性心不全診療ガイドライン（2017年改訂版）. https://www.j-circ.or.jp/cms/wp-content/uploads/2017/06/JCS2017_tsutsui_h.pdf (2020年11月閲覧)

編集後記

地域連携支援部長　家里　裕

今回は小千谷、十日町地域で長年腎疾患の治療に当たってきた腎臓内科、透析科と透析予防診療チームの活動を紹介しています。

腎機能低下や尿タンパク陽性など専門医の診察が必要な症例がありましたらぜひご紹介頂ければと存じます。

また病院に併設の小千谷訪問看護ステーションひまわりの活動も紹介しています。小千谷、川口、小国町エリアで活動していますので宜しくお願い致します。